

Inhaltsverzeichnis

| | 40 Wanderungen | | |
|--|--|-----------|----|
| 1 | Rund um den Peitlerkofel Aussichtswandern unter dem großen Berg | 4.30 Std. | 20 |
| 2 | Günther-Messner-Gedächtnissteig Große Kammüberschreitung vor den Geislerspitzen | 7.15 Std. | 22 |
| 3 | Adolf-Munkel-Weg Promenieren vor den Geislerspitzen | 6 Std. | 26 |
| 4 | Unterwegs am Poststeig Der schönste Weg ins Grödner Tal | 3 Std. | 28 |
| 5 | Außerraschötz und Broglessattel Panoramawandern über dem Grödner Tal | 4.30 Std. | 30 |
| 6 | Zum Col dala Pières Wandergipfel zwischen Kletterzacken | 5 Std. | 32 |
| 7 | Zur Puezhütte Über die Plateauberge von Crespëina | 5.30 Std. | 34 |
| 8 | Rund um die Langkofelgruppe Höhenrunde zwischen Grödner und Fassatal | 6 Std. | 38 |
| 9 | Seiser Alm und Puflatsch Über die größte Hochalm der Alpen | 5 Std. | 42 |
| Mit Genuss wandern in den Dolomiten | | | |
| 9 | | | |
| Ein Land stellt sich vor | | | |
| 10 | | | |
| Das Wanderrevier | | | |
| 10 | | | |
| Jahrmillionen ... | | | |
| 10 | | | |
| Edelweiß und Murmeltier | | | |
| 12 | | | |
| Entdeckungen und Eroberungen | | | |
| 13 | | | |
| Tod in den Bergen | | | |
| 14 | | | |
| Kirchtürme und Burgmauern | | | |
| 15 | | | |
| Sport – Fun! | | | |
| 16 | | | |
| Schlutzer, Polenta und Vino rosso | | | |
| 16 | | | |
| 16 | | | |

| | | | | | |
|---|-----------|----|---|-----------|----|
| 10 Auf den Schlern Ein Südtiroler Wahrzeichen | 7 Std. | 44 | 15 Zum Rifugio Torre di Pisa Das Latemar – mehr als nur Kulissenberge | 4.30 Std. | 58 |
| 11 Zur Grasleitenhütte Durchs Tschamintal in den Rosengarten | 5.15 Std. | 48 | 16 Zum Astjoch Schöner als der Kronplatz | 3.45 Std. | 62 |
| 12 Zum Santnerpass Ins steinerne Herz des Rosengartens | 5 Std. | 50 | 17 Auf den Sas de Crosta Ein kleiner Berg mit steilem Anstieg | 5.30 Std. | 64 |
| 13 Rund um die Rotwand Traumrunde im südlichen Rosengarten | 4.45 Std. | 52 | 18 Auf den Heiligkreuzkofel Das schönste Felsprofil des Hochabtei | 5.45 Std. | 66 |
| 14 Bletterbachschlucht und Weißhorn Durch den Bauch des Berges zur großen Aussicht | 5.15 Std. | 54 | 19 Zur Pisciadühütte Das Sellamassiv – die Gralsburg Ladiniens | 3.30 Std. | 70 |

| | | | | | |
|--|-----------|----|--|-----------|----|
| 20 Zum Rifugio Lavarella | 5.30 Std. | 72 | 24 Unterwegs am Bindelweg | 2.30 Std. | 82 |
| Ins Reich der Fanes | | | Genusswandern vor der Marmolada | | |
| 21 Über die Pralongià Blumen und Aussicht | 4 Std. | 74 | 25 Am Pas de Sen Nicolò | 5.15 Std | 86 |
| | | | Wanderrunde im Contrintal | | |
| 22 Zum Col di Lana Aussicht und Einsichten | 5.45 Std. | 76 | 26 Rund um den Monte Mulàz | 6.15 Std | 88 |
| | | | Aussichtswandern vor der Pala-Nordkette | | |
| 23 Der Sella-Ringbandweg Aussichtswandern an der Sella-Südflanke | 5 Std. | 80 | 27 Rund um die Pala di San Martino | 4 Std. | 90 |
| | | | Pala – die schönste | | |

| | | | | |
|----|--|------------------|---|---------------|
| | | | <i>Herbst in den Sextener Dolomiten (Tour 35)</i> | |
| 28 | Über das Pala-Hochplateau Mondlandschaft in den Dolomiten | 8.30 Std. 94 | 35 Ins Vallorera Almwanderung vor den Sextener Dolomitzacken | 4.30 Std. 120 |
| 29 | Auf die Pragser Hochalpe Verstecktes Paradies in den Pragser Dolomiten | 6.15 Std. 98 | 36 Sentiero Bonacossa Durch den Felsenwald der Kar spitzen | 6.45 Std. 122 |
| 30 | Zum Sarlkofel Aussichtskanzel über dem Pustertal | 5.15 Std. 102 | 37 Rund um die Tofana di Rozes Im Bann der Tofane | 6 Std. 126 |
| 31 | Auf den Monte Piana Krieg und Frieden | 5.15 Std. 104 | 38 Am Nuvolau Kleiner Berg ganz groß! | 5.45 Std. 130 |
| 32 | Zur Drei-Zinnen-Hütte Der schönste Weg zur schönsten Aussicht? | 6.45 Std. 108 | 39 Zum Col Rean Schaulaufen vor der Wand der Wände | 5.15 Std. 134 |
| 33 | Rund um die Drei Zinnen Man muss sie einfach gesehen haben! | 3.30 Std. 112 | 40 Rund um den Monte Pelmo Der größte Monolith der Dolomiten | 6 Std. 136 |
| 34 | Rund um den Einser Wanderklassiker in den Sextener Dolomiten | 6.30 Std. 116 | Register Bildnachweis/Impressum | 141 144 |